La relazione tra il costrutto di *mattering* e il benessere nelle sue concettualizzazioni (edonico, eudaimonico e olistico). *A systematic review*

Monica Paradisi

Abstract:

La percezione di *mattering*, definita come la sensazione di essere importanti per gli altri (Rosenberg e McCullogh 1981), è un costrutto che negli ultimi anni ha ricevuto un crescente interesse come fattore che promuove il benessere degli individui. Quest'ultimo è stato definito a partire da diverse prospettive: edonico come soddisfazione di vita (Diener e Lucas 1999), eudaimonico ovvero la sensazione che si sta realizzando il proprio potenziale (Ryff 1995), e olistico cioè la soddisfazione verso i diversi ambiti di vita (Prilleltensky et al. 2015).Viste le diverse definizioni, si è ritenuto necessario sistematizzare la letteratura al fine di chiarire se il *mattering* sia associato, e in che modo, al benessere a prescindere dalla prospettiva con cui questo è stato definito. A tal scopo, è stata condotta una revisione sistematica della letteratura seguendo le linee guida PRISMA. Al termine della selezione sono stati inclusi 39 studi (22 benessere edonico, 9 eudaimonico e 9 olistico). Quasi tutti gli studi hanno riportato un'associazione positiva tra *mattering* e benessere, ed eccezione di alcune differenze emerse sulla base del genere o del background culturale. I risultati suggeriscono il ruolo del *mattering* come fattore positivo in grado di promuovere il benessere a prescindere dalla concettualizzazione adottata.

Parole chiave: Benessere; *Mattering*; Revisione Sistematica

Il costrutto di *mattering* è definito come la percezione di essere importante per le altre persone, costruita tramite l'interazione con gli altri (Rosenberg e McCullough 1981). Secondo Marshall (2001) la percezione di *mattering* ha due funzioni per la persona: quella di aumentare il senso di appartenenza e quella di dare senso alla propria esistenza. Sempre Rosenberg nel 1985 propone una distinzione tra due diverse forme di *mattering*: *interpersonal* e *societal*. La prima si riferisce alla percezione di essere importanti per le persone che fanno parte della propria rete sociale. Questo tipo di *mattering* è quindi influenzato dal comportamento che le altre persone hanno nei nostri confronti: se veniamo notati dagli altri, se questi mostrano preoccupazione per ciò che ci accade e se ci chiedono aiuto, probabilmente la nostra percezione di *mattering* sarà più elevata (Rosenberg e McCullough 1981). Il *mattering* interpersonale può cambiare

Monica Paradisi, University of Florence, Italy, monica.paradisi@unifi.it, 0000-0001-6940-7165

Referee List (DOI 10.36253/fup_referee_list)
FUP Best Practice in Scholarly Publishing (DOI 10.36253/fup_best_practice)

anche sulla base del tipo di relazioni significative a cui si fa riferimento, tra cui le più importanti sono quelle con i familiari e con gli amici (Marshall 2001). Il *societal mattering* viene definito invece come la percezione che le proprie azioni possano avere una ricaduta sulla società e sentire di avere un certo grado di influenza sul contesto sociopolitico più ampio (Rosenberg 1985).

In un primo momento, il costrutto di *mattering* non ha ricevuto una grande attenzione sul piano scientifico. Dall'inizio degli anni Duemila, probabilmente in seguito allo sviluppo della psicologia positiva, nella letteratura internazionale si osserva un crescente interesse verso tale costrutto. La psicologia positiva, infatti, si occupa degli aspetti positivi dell'esistenza umana, promuovendo il benessere e la prevenzione della psicopatologia invece che focalizzarsi sul trattamento di essa (Seligman e Csikszentmihalyi 2000).

Come emerso dall'analisi della letteratura, il costrutto di *mattering* risulta essere un fattore rilevante nel determinare il funzionamento ottimale degli individui. Il *mattering*, infatti, risulta importante dal punto di vista della costruzione del proprio sé, associato ad auto-regolazione, autostima e *self-compassion* (Raque-Bogdan et al. 2011; Flett e Nepon 2020; Matera et al. 2020), ma anche per le relazioni interpersonali, come mostrato dagli studi sugli stili di attaccamento (Raque-Bogdan et al. 2011). Inoltre è emerso come il *mattering* sia un fattore di protezione sia per depressione, ansia e comportamenti suicidari (Dixon et al. 2009; Edwards e Neal 2017; Olcon et al. 2017)' che per comportamenti a rischio e antisociali (Edwards e Neal 2017). In particolare, la percezione di essere importanti per gli altri risulta influenzare i livelli di benessere individuale. Questa relazione è stata largamente studiata in letteratura, ma il benessere non ha una definizione univoca. Possiamo, infatti, individuare tre macro-concettualizzazioni di tale costrutto: benessere edonico (Diener e Lucas 1999), eudaimonico (Ryff 1995) e olistico (Prilleltensky et al. 2015). Da un punto di vista edonico, il benessere viene concepito in termini di felicità soggettiva e di bilancio tra esperienze di vita piacevoli e spiacevoli; è costituito dall'insieme dei giudizi su ciò che è buono o cattivo nella vita (Diener e Lucas 1999). Il benessere eudaimonico è concepito come la realizzazione del potenziale individuale e, allo stesso tempo, come la costruzione di significati e il perseguimento di obiettivi volti al bene comune (Zambianchi 2013). Infine, la visione di benessere da un punto di vista olistico, prende in considerazione vari aspetti e domini della vita degli individui come la salute fisica e psicologica, relazionale e spirituale o occupazionale e comunitaria (Hattie et al. 2004; Prilleltensky et al. 2015).

Visto l'alto numero di ricerche che hanno preso in analisi la relazione tra *mattering* e benessere, ma anche la loro eterogeneità nel definire entrambe le variabili, il presente studio ha l'obiettivo di analizzare in modo sistematico i risultati riportati in letteratura, al fine di rilevare se esistano delle differenze nella relazione tra questi due costrutti, in funzione della concettualizzazione di benessere considerata. L'ipotesi è che la percezione di essere importanti risulti associata positivamente in modo significativo con il benessere riportato dalle persone, indipendentemente da come esso è stato concettualizzato. Per fare questo è stata

svolta una revisione sistematica della letteratura, prendendo in considerazione studi empirici quantitativi, utilizzando il metodo PRISMA.

Riferimenti bibliografici

Diener, E., e R.E. Lucas. 1999. "Personality and Subjective Well-Being." In *Well-Being: Foundations of Hedonic Psychology*, edited by D. Kahneman, E. Diener, e N. Schwarz, 213-29. New York: Russell Sage Foundation.

Dixon, A.L., Scheidegger, C., e J.J. McWhirter. 2009. "The Adolescent Mattering Experience: Gender Variations in Perceived Mattering, Anxiety, and Depression." *Journal of Counseling & Development* 87 (3): 302-10.

Edwards, K.M., e A.M. Neal. 2017. "School and Community Characteristics Related to Dating Violence Victimization Among High School Youth." *Psychology of Violence* 7 (2): 203-12.

Flett, G.L., e T. Nepon. 2020. "Mattering Versus Self-Esteem in University Students: Associations with Regulatory Focus, Social Feedback, and Psychological Distress." *Journal of Psychoeducational Assessment* 38 (6): 663-74.

Hattie, J.A., Myers, J.E., e T.J. Sweeney. 2004. "A Factor Structure of Wellness: Theory, Assessment, Analysis, and Practice." *Journal of Counseling & Development* 82 (3): 354-64.

Marshall, S.K. 2001. "Do I Matter? Construct Validation of Adolescents' Perceived Mattering to Parents and Friends." *Journal of Adolescence* 24 (4): 473-90.

Matera, C., Bosco, N., e P. Meringolo. 2020. "Perceived Mattering to Family and Friends, Self-Esteem, and Well-Being." *Psychology, Health & Medicine* 25 (5): 550-58.

Olcoń, K., Kim, Y., e L.E. Gulbas. 2017. "Sense of Belonging and Youth Suicidal Behaviors: What Do Communities and Schools Have to Do with It?" *Social Work in Public Health* 32 (7): 432-42.

Prilleltensky, I., Dietz, S., Prilleltensky, O., Myers, N.D., Rubenstein, C.L., et al. 2015. "Assessing Multidimensional Well-being: Development and Validation of the I COPPE Scale." *Journal of Community Psychology* 43 (2): 199-226.

Raque-Bogdan, T.L., Ericson, S.K., Jackson, J., Martin, H.M., e N.A. Bryan. 2011. "Attachment and Mental and Physical Health: Self-Compassion and Mattering as Mediators." *Journal of Counseling Psychology* 58 (2): 272-78.

Rosenberg, M., e B.C. McCullough. 1981. "Mattering: Inferred Significance and Mental Health Among Adolescents." *Research in Community & Mental Health* 2: 163-82.

Rosenberg, M. 1985. "Self-Concept and Psychological Well-Being in Adolescence." *The Development of the Self* 1: 205-46.

Ryff, C.D. 1995. "Psychological Well-Being in Adult Life." *Current Directions in Psychological Science* 4 (4): 99-104.

Seligman, M.E., e M. Csikszentmihalyi. 2000. "Positive Psychology: An Introduction." *American Psychologist* 55 (1): 5-14.

Zambianchi, M. 2013. "Benessere e psicologia positiva." In *Psicologia della salute: modelli teorici e contesti applicativi*, a cura di P. Gremigni, e P.E. Ricci Bitti, 61-78. Roma: Carocci.

The study of the association between mattering and well-being: a systematic review

Monica Paradisi – PhD Student – monica.paradisi@unifi.it

BACKGROUND

Mattering is the individual's feeling of being important and significant for others (Rosenberg & McCullough, 1981). Perceived mattering and self-reported levels of well-being showed mostly a positive association (e.g. Flett & Nepon, 2020; Matera et al., 2021; Scarpa et al., 2021). Nevertheless, studies have adopted different perspectives in examining well-being:

- **Hedonic well-being:** subjective happiness composed of life satisfaction, high positive affect and low negative affect (Diener & Lucas, 1999; Watson et al., 1988).
- **Eudemonic well-being:** the effort to reach the perfection, which is the achievement of the proper true potential (Ryff, 1995).
- **Holistic well-being:** the satisfaction experienced in all individual's life domains (psychological, physical health, interpersonal, community, occupational, economic or spiritual) (Hattie et al., 2004; Prilleltensky et al., 2015).

AIM

to analyse the association between mattering and well-being depending on the adopted perspective

METHOD

PRISMA guidelines (Page et al., 2021)

Keywords: "wellbeing", "well-being", "quality of life", "wellness", "health", "positive affect", "life satisfaction", "hedonic", "eudemonic" AND "mattering" NOT "qualitative

Databases: Scopus, Web of Science, PsycINFO and PubMed

April 2022

RESULTS

	Studies (N)	Main Results
Hedonic Well-being	22	All the studies showed a positive association between mattering and hedonic well-being except for two studies that did not report any significant associations
Eudaimonic Well-being	9	All the studies reported a significant moderate or strong positive association between mattering and eudaimonic well-being
Holistic Well-being	9	One study reported a negative significant association between wellness and mattering. Two studies showed how mattering was not a significant predictor of hedonic well-being in male students.

DISCUSSION

- In general mattering emerged as a positive predictor of well-being, especially in the eudaimonic well-being group
- The non-signifcant associations can be explained by cultural differences (participants from Alaska and Iran) or gender differences (mattering did not result as a predictor in male students)
- The negative significant association between mattering and wellness can be explained, refering to the possibility that for this group of participants higher levels of mattering may be experienced as a stressor. Feeling too much important for others can be linked to high expectations of performance from others that can become a source of distress.

REFERENCES

- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). 11 personality and subjective well-being. Well-being: Foundations of hedonic psychology, 213.
- Flett, G. L., & Nepon, T. (2020). Mattering versus self-esteem in university students: Associations with regulatory focus, social feedback, and psychological distress. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 38(6), 663–674.
- Hattie, J. A., Myers, J. E., & Sweeney, T. J. (2004). A factor structure of wellness: Theory, assessment, analysis, and practice. *Journal of Counseling & Development*, 82(3), 354-364.
- Matera, C., Paradisi, M., Boin, J., & Nerini, A. (2021). Perceived mattering in the face of COVID-19: links with emotion regulation and psychological well-being. *Psychology & health*, 1-21.
- Page, M. J., Moher, D., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . McKenzie, J. E. (2021). PRISMA 2020 explanation and elaboration: updated guidance and exemplars for reporting systematic reviews.
- Prilleltensky, I., Dietz, S., Prilleltensky, O., Myers, N. D., Rubenstein, C. L., Jin, Y., & McMahon, A. (2015). Assessing multidimensional well-being: development and validation of the I COPPE scale. *Journal of Community Psychology*, 43(2), 199–226.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104.
- Rosenberg, M., & McCullough, B. C. (1981). Mattering: Inferred significance and mental health among adolescents. *Research in community & mental health*.
- Scarpa, M. P., Di Martino, S., & Prilleltensky, I. (2021). Mattering Mediates Between Fairness and Well-being. *Frontiers in psychology*, 4887.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063.